



FÜR EINE ENTSPANNTE SCHWANGERSCHAFT

Rückenorthesen unterstützen
und stabilisieren



IHRE SCHWANGERSCHAFT IST ETWAS GANZ BESONDERES.

In dieser Zeit sind Sie Ihrem Kind so nah wie in keiner späteren Lebensphase. Neues Leben entwickelt sich und Ihr Körper stellt sich langsam auf die Anforderungen der Geburt ein.

Vor allem in den letzten Monaten der Schwangerschaft nimmt die Belastung für die Wirbelsäule durch das steigende Körpergewicht und den größer werdenden Bauch- und Brustumfang stark zu. Viele Frauen versuchen, die wachsende Last am Bauch durch ein Hohlkreuz auszugleichen. Durch die damit verbundene anhaltende Fehlbelastung der Wirbelsäule kann es zu Verspannungen in der Muskulatur und einer starken Beanspruchung der Bandscheiben kommen.

Damit Sie Ihre Schwangerschaft möglichst entspannt und schmerzfrei genießen können, gibt es eine wirkungsvolle Unterstützung! Sprechen Sie Ihren Arzt auf die Möglichkeiten zur Linderung Ihrer Rückenschmerzen mit Rückenorthesen an!

Bitte beachten Sie!

In jedem Fall sollten starke Rückenschmerzen während der Schwangerschaft Anlass für einen Besuch beim Frauenarzt sein. Denn auch andere Schwangerschaftskomplikationen können sich durch starke Schmerzen im unteren Rückenbereich bemerkbar machen!

ORTHESEN GEGEN RÜCKENSCHMERZEN

DONJOY® MyBabyStrap™

Stabilisierung der Lendenwirbelsäule



EXOS® Form™ II 621

Stabilisierung des Beckens



Wirkung:

Der untere Rücken wird während der Schwangerschaft stabilisiert und entlastet, dies kann auftretende Schmerzen deutlich verringern. Die Stützung des Bauches wirkt Dehnungsschmerzen entgegen (und lässt Sie wieder frei atmen).

Anwendung in der Schwangerschaft:

Kreuzschmerzen, Hohlkreuz, Stützung des Bauches, Linderung von Beschwerden durch Dehnung im Bauchbereich

Wirkung:

Das Iliosacralgelenk (ISG) am unteren Ende der Lendenwirbelsäule wird sowohl stabilisiert als auch entlastet. Das Becken und das ISG werden durch sanfte Zugkräfte unterstützt wodurch Schmerzen und Blockaden entgegengewirkt wird.

Anwendung in der Schwangerschaft:

Iliosacralschmerz und Dysfunktion, Kreuzschmerzen, Beckenringinstabilität, Dehnung und Risse der Schambeinfuge



Wenn Sie erst einmal Beschwerden haben, können Rückenorthesen Ihnen helfen. Damit es gar nicht so weit kommt, können Sie durch richtige Bewegung im Alltag und an Ihre Situation angepasste körperliche Aktivität vorbeugen:

- Rückenschonendes Tragen: Tragen Sie nichts Schweres, heben Sie nah am Körper und beugen Sie die Knie, statt den Rücken zu krümmen
- Wärmeanwendungen und sanfte Massage entspannen die Muskulatur
- Yoga, Gymnastik und Schwimmen stärken die Muskulatur und helfen Beschwerden vorzubeugen

Hören Sie gut auf sich und Ihren Körper und versichern Sie sich im Zweifelsfall bei Ihrem Arzt, wie viel und welche Aktivität für Sie gut ist.

RÜCKENORTHESEN AUF REZEPT

Rückenorthesen können von Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt auf Rezept verordnet werden. Eine Orthese erhalten Sie gegen Vorlage des Rezeptes in jedem Sanitätsfachgeschäft. Die Ihnen entstehenden Kosten werden zum größten Teil von Ihrer Krankenkasse übernommen.



DONJOY®
MyBabyStrap™
Stabilisierungsorthese

HMV-Nr.: 23.14.03.1041



EXOS®
Form™ II 621
Beckenorthese

HMV-Nr.: 23.11.01.0010



DONJOY®
IsoFORM™ SIO
Beckenorthese

HMV-Nr.: 23.11.01.0011

Wichtiger Hinweis!

Bitte beachten Sie, dass weder DJO, LLC, noch eine seiner Tochtergesellschaften medizinische Ratschläge geben können. Die Inhalte dieser Broschüre stellen keine medizinische, rechtliche oder andere Art professioneller Beratung dar. Informationen im Hinblick auf unterschiedliche Gesundheitszustände, Erkrankungen und körperliche Verfassungen und deren Behandlung sind nicht als Ersatz für eine Beratung durch einen Arzt oder anderes medizinisches Fachpersonal gedacht. Die Ergebnisse können individuell unterschiedlich sein. Diese Broschüre enthält allgemeine Informationen zur Orientierung. Für die Richtigkeit aller Angaben kann jedoch keine Gewähr übernommen werden und es können keine Rechtsansprüche gegen die Verfasser der Broschüre oder gegen denjenigen, der die Broschüre übergeben hat, abgeleitet werden.

